

# AIDA HEUTE

## FLORENZ/LA SPEZIA

39° 13' Nördliche Breite, 9° 7' Östliche Länge  
Italien



**Gangway:** Deck 3 (V + M)

**Liegeplatz:** Garibaldi Pier North

**Nächste Etappe:**

178 Seemeilen (330 km)  
bis Rom/Civitavecchia, Italien

Liebe Gäste,

Wellness besteht aus einem gesunden Körper, einem gesunden Geist und einer ruhigen Seele. Genießen Sie die Reise zu Ihrem Wohlbefinden im Body & Soul Organic Spa. Ich setze mich persönlich dafür ein, dass Sie sich bei uns wohlfühlen und ein Stück Lebensfreude mit nach Hause nehmen können. Wellnessangebote wie Massagen, Gesichtsbehandlungen oder Yoga können helfen, Stress abzubauen und ein Gefühl der Entspannung zu fördern. Auch regelmäßige Bewegung kann das allgemeine Wohlbefinden steigern, indem sie die Durchblutung verbessert, den Stoffwechsel anregt und die Ausschüttung von Endorphinen fördert. **Mein Tipp:** Seien Sie heute bei unserer italienischen Saunarnacht dabei und genießen Sie Ihre persönliche Auszeit. Oder lassen Sie heute bei unserem Quick Check Cardioscan eine Gesundheitsanalyse durchführen. Wir freuen uns auf Sie!



## GUT ZU WISSEN

### IHR LANDGANG IN FLORENZ/LA SPEZIA

Da Fußgänger der Aufenthalt im Hafengelände von La Spezia nicht gestattet ist, werden vom Hafen kostenlose Shuttbusse gestellt. Diese bringen Sie in regelmäßigen Abständen zum Hafenausgang und wieder zum Schiff. Bitte beachten Sie, dass es hier zu Wartezeiten kommen kann, die durch AIDA nicht beeinflussbar sind. Der letzte Hafenshuttle fährt um 17:00 Uhr zurück zum Schiff. **Wichtiger Hinweis:** In den italienischen Häfen besteht eine Pflicht zum Mitführen eines Ausweisdokumentes (Personalausweis oder Reisepass). Bitte führen Sie dieses im Original bei Ihrem Landgang mit sich für eventuelle Kontrollen durch die Behörden, um sich ausweisen zu können.

## BORD-PORTAL



[bordportal.cosma.aida.de](http://bordportal.cosma.aida.de)

Das kostenfreie AIDA Bordportal – komplettes Bordprogramm, Ihr Reiseplaner und der direkte Weg ins Internet. Auch verfügbar in der AIDA App.

**5000** Servicetelefon  
für Fragen, Wünsche und Reservierungen

## ENTERTAINMENT



### TV-SHOW: WER WIRD MILLIONÄR?

Bisher kennen Sie die beliebte Quiz-Show ausschließlich aus dem Fernsehen? AIDA holt das erfolgreiche TV-Format für Sie an Bord. Jeder ab 18 Jahren kann mit seinem Smartphone heute um 19:15 und 21:30 Uhr über das Bordportal teilnehmen. Alle Teilnahmebedingungen erhalten Sie im Warm-up kurz vor der Sendung im Theatrum auf Deck 6 bis 8 (M).



### KULINARISCHES

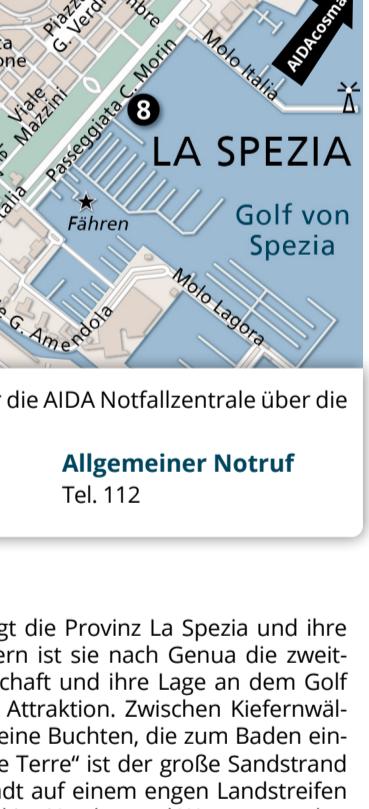


### KÖSTLICH FERNÖSTLICH

In unserer Asia Welt auf Deck 6 (M) erwarten Sie eine große kulinarische Vielfalt aus Fernost. Genießen Sie unseren Teppanyaki Grill, den Hot Pot oder auch das Sushi House. Reservieren Sie Ihren Tisch über das Bordportal oder das Servicetelefon 5000. Im Anschluss können Sie den Abend gemütlich in der Tokyo Bar auf Deck 6 (M) bei unseren asiatischen Deluxe-Drinks ausklingen lassen.

### VORSCHAU: SHERRY MEETS STEAK

Lassen Sie sich von unserem Head of F&B „Don Emilio“ in Ajaccio um 18:00 Uhr in der Vinothek auf Deck 8 (M) bei einer Sherry-Verkostung, mit einer Auswahl an spanischen Tapas, in die Welt des Sherrys entführen. Genießen Sie im Anschluss ein 3-Gang-Menü in unserem Churrascaria Steakhouse und lassen Sie den Abend mit einem Glas Pedro Ximenez, Brandy und Manchego Käse ausklingen. Sichern Sie sich Ihren Platz für 79 Euro pro Person im Bordportal oder über das Servicetelefon 5000.



### MÜNZSCHIEBERAUSBEUTE:

### SHERRY MEETS STEAK

Haben Sie schon an vier AIDA Magnete auf Deck 6 (M) gesammelt? Dann haben Sie sich für die Sherry-Verkostung am 18.00 Uhr auf Deck 8 (M) qualifiziert. Sichern Sie sich Ihren Platz für 79 Euro pro Person im Bordportal oder über das Servicetelefon 5000.

### VORSCHAU: CHAMPAGNER TASTING

Der erste Schluck: ein aufregendes Versprechen, ein besonderes Moment. Aber was ist das Geheimnis dieses edelsten Schaumweines der Welt? Verkosten Sie verschiedene Tropfen und entdecken Sie, was den feinperlenden Stoff ausmacht. Tauchen Sie in Rom/Civitavecchia um 22:00 Uhr mit uns in die glamouröse Welt des Champagners ein. Sichern Sie sich Ihren Platz für 39 Euro im Bordportal oder über das Servicetelefon 5000.

## BODY & SOUL

### ENTSPANNEN IN DEN TAG

Starten Sie in Florenz/La Spezia entspannt in den Tag. Genießen Sie von 08:00 bis 12:00 Uhr im Body & Soul Organic Spa auf Deck 8 (V) eine Massage Ihrer Wahl. Auf alle Neubuchungen für diesen Zeitraum schenken wir Ihnen einen Preisnachlass von 20 Prozent. Egal, ob AIDA Harmony Ganzkörpermassage oder Deep Tissue Massage – lassen Sie sich verwöhnen!

### ITALIENISCHE SAUNANACHT

Starten Sie heute um 19:30 Uhr bei unserer italienischen Saunarnacht mit einer Schulter-Nacken-Massage in einen entspannten Saunaabend. Erleben Sie wohltuende Aufgüsse, Körperpackungen und Peeling zur Selbstänwendung und entspannen Sie im Kaminzimmer im Body & Soul Organic Spa auf Deck 8 (V). So können Sie den Tag in Florenz/La Spezia ganz entspannt ausklingen lassen.

### CARDIOSCAN QUICK CHECK: FÜR EINEN GESENDEN LEBENSTIL

Heute von 19:00 bis 20:30 Uhr bei Cruise & Tours am Street Food auf Deck 7 (M), haben Sie die Möglichkeit für nur 20 Euro mit dem umfassenden Diagnosesystem Cardioscan Quick Check eine Analyse relevanter Gesundheits- und Lebensdaten zu machen. Anhand dieser Daten bekommen Sie von unseren Trainern individuelle Empfehlungen für Training, Ernährung und Regeneration.

### SCHÖNE FINGERNÄGEL: BLITZMANIKÜRE

Heute stehen Ihre Hände bei den Experten im Mittelpunkt. Kommen Sie von 18:30 bis 21:30 Uhr im Theatrum auf Deck 6 (M) backbord vorbei und lassen Sie sich bei einem Glas Sekt verwöhnen. Wir bringen Ihre Nägel mit einer Blitzmaniküre für nur 20 Euro auf Hochglanz.

## ALLES AUF EINEN BLICK

### VOR-UND NACHMITTAG

ab 07:00 Florenz/La Spezia entdecken ☺  
ab 07:00 Wasserfontäne für Ihren Landgang ☺  
07:00-10:30 Ihr pixels Fototeam auf Aktion ☺  
09:00-17:00 Krabbeltreff ☺  
10:00-11:00 Shuffleboard ☺  
10:00-18:00 Familienaktion: AIDAcosma Adventure Game ☺

### ITALIEN

Cosma Bar, 6 (M)  
Gangway  
Wave Club, 16 (H)  
Shuffleboard, 18 (H)  
Service Desk, Beach Club, 17 (M)

### WISSENWERTES

gleichnamige Ligurien an der Riviera di Levante liegt die Provinz La Spezia und ihre größte Gemeinde der Region. Die einzigartige Landschaft ist ihr Wahrzeichen an dem Golf von La Spezia, der sich zwischen den Apenninen und dem Ligurischen Meer erstreckt. Die Küsten sind von malerischen Bucht- und Fjordstrukturen geprägt, die zahlreiche Strände, Bäder und Klippen enthalten. Die Region ist bekannt für ihre schönen Naturparks wie den Parco del Montebuono und den Parco del Cilento und Vallo di Diano. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Stadt La Spezia, die die Basis für die italienische Marine bildet. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Stadt La Spezia, die die Basis für die italienische Marine bildet.

### SEHENSWERTES

Wochenmarkt auf der Piazza Cavour: Der größte Sortimentmarkt der Region bietet ein breites Spektrum an Lebensmitteln, Nebenwaren und Dienstleistungen. Besonders beliebt ist die Piazza Cavour mit ihren kleinen Geschäften und Läden, die lokale Spezialitäten wie Olivenöl, Käse und Wein anbieten. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### SEHENSWERTES

Castello San Giorgio: Die ehemalige Festung auf dem Monte Argentario ist eine der ältesten Festungen in Italien und eine der größten Festungen der Welt. Sie ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Region und ein wichtiger strategischer Punkt im Kampf um die Kontrolle des Golfs von Tarent.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### AUSFLÜGE

### LAST-MINUTE-AUSFLUGSTIPP FÜR FLORENZ/LA SPEZIA

Sie lieben italienische Weinprobe und möchten mehr über die italienischen Weine erfahren? Melden Sie sich bis 18:00 Uhr auf Deck 8 (V) und lassen Sie sich von den Weinbergen umgeben. Ein Abend, der Sie in die Welt des italienischen Weinbaus einweist.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### SEHENSWERTES

Castello San Giorgio: Die ehemalige Festung auf dem Monte Argentario ist eine der ältesten Festungen in Italien und eine der größten Festungen der Welt. Sie ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Region und ein wichtiger strategischer Punkt im Kampf um die Kontrolle des Golfs von Tarent.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### AUSFLÜGE

### LAST-MINUTE-AUSFLUGSTIPP FÜR FLORENZ/LA SPEZIA

Sie lieben italienische Weinprobe und möchten mehr über die italienischen Weine erfahren? Melden Sie sich bis 18:00 Uhr auf Deck 8 (V) und lassen Sie sich von den Weinbergen umgeben. Ein Abend, der Sie in die Welt des italienischen Weinbaus einweist.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### SEHENSWERTES

Museo Archeologico Nazionale: Das archäologische Museum in Florenz ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt und zeigt eine beeindruckende Sammlung von antiken Funden aus der Etrurischen und römischen Periode.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### AUSFLÜGE

### LAST-MINUTE-AUSFLUGSTIPP FÜR FLORENZ/LA SPEZIA

Sie lieben italienische Weinprobe und möchten mehr über die italienischen Weine erfahren? Melden Sie sich bis 18:00 Uhr auf Deck 8 (V) und lassen Sie sich von den Weinbergen umgeben. Ein Abend, der Sie in die Welt des italienischen Weinbaus einweist.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### SEHENSWERTES

Museo Archeologico Nazionale: Das archäologische Museum in Florenz ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt und zeigt eine beeindruckende Sammlung von antiken Funden aus der Etrurischen und römischen Periode.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### AUSFLÜGE

### LAST-MINUTE-AUSFLUGSTIPP FÜR FLORENZ/LA SPEZIA

Sie lieben italienische Weinprobe und möchten mehr über die italienischen Weine erfahren? Melden Sie sich bis 18:00 Uhr auf Deck 8 (V) und lassen Sie sich von den Weinbergen umgeben. Ein Abend, der Sie in die Welt des italienischen Weinbaus einweist.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### SEHENSWERTES

Museo Archeologico Nazionale: Das archäologische Museum in Florenz ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt und zeigt eine beeindruckende Sammlung von antiken Funden aus der Etrurischen und römischen Periode.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### AUSFLÜGE

### LAST-MINUTE-AUSFLUGSTIPP FÜR FLORENZ/LA SPEZIA

Sie lieben italienische Weinprobe und möchten mehr über die italienischen Weine erfahren? Melden Sie sich bis 18:00 Uhr auf Deck 8 (V) und lassen Sie sich von den Weinbergen umgeben. Ein Abend, der Sie in die Welt des italienischen Weinbaus einweist.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### SEHENSWERTES

Museo Archeologico Nazionale: Das archäologische Museum in Florenz ist eine der wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt und zeigt eine beeindruckende Sammlung von antiken Funden aus der Etrurischen und römischen Periode.

### CHARMS VON HEARTBREAKER

Markt Heartbreaker verzaubert: Aus hochwertigem Sterling wird dieser Halskette hergestellt und ist ein wahrer Hingucker. Ein weiterer wichtiger Ort ist die Kirche Santa Maria Assunta, die eine beeindruckende Architektur und eine reiche Geschichte aufweist.

### AUSFLÜGE

### LAST-MINUTE-AUSFLUGSTIPP FÜR FLORENZ/LA SPEZIA

&lt;p